Quem dá conta de Tudo?

Cuidar da casa, da família, ter uma carreira, estudar... As jornadas duplas, às vezes triplas, aumentam a probabilidade de transtornos psiquiátricos como ansiedade, depressão e Síndrome de Burnout.

Se você começou a se sentir frequentemente cansada, com insônia, tem dores de cabeça, dificuldade de concentração, alterações de humor e outros sinais, escute o seu corpo e busque apoio psicológico.

Você não precisa dar conta de tudo sozinha.

8 de março
Dia Internacional da Mulher

D'OR consultoria

Responsável Técnico: Dr. Sérgio Hércules | CRM 61.605